

**酪農学園生協創立 60 周年記念事業**  
**酪農学園生協オリジナルメニューコンテスト 応募用紙**

\*個人でもグループでも応募可能です。

応募代表者	学類名・学年 食と健康学類 4年
グループ名または個人ニックネーム	藤崎衣衣
応募部門 (○をつけて下さい)	①どんぶり部門      ② <u>メインおかず部門</u>
レシピ名	チキンソテー～シュクメルリ仕立て～
材料 (1名分)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・鶏モモ肉      100 g</li> <li>・牛乳            50 g</li> <li>・ミックスチーズ 20 g</li> <li>・水              10 g</li> <li>・バター        5 g</li> <li>・おろしにんにく 5 g</li> <li>・炒め油        1 g</li> <li>・コンソメ     1 g</li> <li>・塩 0.06 g</li> <li>・こしょう 0.03 g</li> <li>・乾燥パセリ   0.03 g</li> </ul>
作り方	<ol style="list-style-type: none"> <li>① 深めの鍋に油をいれ鶏肉に塩こしょうをして両面焼く。</li> <li>② 両面焼き色がついたら水、牛乳、にんにく、コンソメを加えて煮る。</li> <li>③ 肉に火が入ったらバターとチーズを加える。</li> <li>④ 鶏肉を皿に盛り付け上から煮汁をかける。</li> <li>⑤ 最後にパセリをふりかけ完成。</li> </ol>
アピールポイント 自由記入欄	チキンソテーを酪農学園大学の牛乳とバターを使用し寒い季節にぴったりなジョージアの郷土料理シュクメルリ風に仕上げてみました。ニンニクのきいたシチューのような味で以前ブームにもなったこの料理を学食で手軽に味わっていただけると幸いです。



写真またはイラストのデータ添付を、必ずお願い致します。